



# Salud Mental: un problema de todos

Carlos Gómez Restrepo\*

**R**efiere la Organización Mundial de la Salud - OMS (2014) que la Salud Mental es aquella que permite a las personas desarrollar su potencial, enfrentar las situaciones vitales estresantes, trabajar o estudiar productivamente y contribuir a la comunidad. En Colombia la ley de Salud Mental (2013) anota que esta, "se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, establecer relaciones significativas y contribuir a la comunidad".

Ahora, es claro que en el mundo el interés por la salud mental ocupa el primer plano. Muchos estudios que evalúan las enfermedades y la discapacidad producida por estas, en términos de detrimento sobre la calidad de vida o muerte prematura, sitúan a las enfermedades mentales en segundo lugar después de las enfermedades cardiovasculares. No obstante, cuando se suma a lo llamado mental, la discapacidad derivada del consumo riesgoso de alcohol y de sustancias psicoactivas, los trastornos mentales pasan a ocupar el primer lugar en pérdida de años de vida ajustados por discapacidad, por encima de cualquier otro grupo de patologías. Ello se ve cuando evidenciamos que dentro de las diez enfermedades que producen mayor discapacidad en el mundo, encontramos cinco patologías mentales que requieren habitualmente tratamiento por parte de médicos psiquiatras, médicos generales, psicólogos o personal con entrenamiento en esta línea.

Dentro de los trastornos cabe destacar los afectivos, en especial la depresión, como la patología que más discapacidad produce y cuya prevalencia en Colombia puede estar entre 3 y 5% en el último año; y las patologías derivadas del uso riesgoso del alcohol con una prevalencia más alta. Asimismo, según la OMS, a nivel mundial se presentan alrededor de 800 mil suicidios por año, esto es una cada 40 segundos, en este sentido la salud mental más que un problema de salud pública es un problema que nos atañe a todos y demanda estrategias de promoción y mantenimiento en todas las etapas del curso de vida, desde los cuidados perinatales, el nacimiento, la infancia, la niñez, adolescencia, adultez y vejez.

En el Estudio Nacional de Salud Mental del 2015, que lideró académicamente la Javeriana, se evidenciaron indicadores que sugieren que existe una crisis, probablemente explicada por los más de 60 años de conflicto que vivió el país, por los 7.500.000 desplazados que perdieron en muchos casos sus bienes, sus raíces culturales, trabajo, familia, estabilidad económica y sin quererlo se convirtieron en una persona desplazada cuya identidad se confunde con este rótulo, ante el cual no hemos podido luchar y dar una respuesta del todo satisfactoria. Asimismo, en este estudio se evidencia que el 50% de los hogares son uniparentales, que el 30% presentan disfunción familiar, que entre 10 y 15% de las personas, de acuerdo con la edad, sienten que no tienen a nadie cuando tienen problemas, y que más de la mitad de las personas no hacen parte de ningún grupo donde puedan socializar y

compartir aficiones e intereses que sirvan para apoyarse unos a otros.

De otra parte, se evidenció que alrededor de un 42% de los niños entre 7 y 11 años, y un 16% de los adolescentes pueden tener inconvenientes que, si bien no constituyen trastornos, sí delatan problemáticas ante las cuales debemos intervenir. En este sentido, la Javeriana participa en múltiples niveles y con diferentes actores en diversas comisiones y grupos que propenden por mejorar la salud mental y el bienestar de los colombianos y, por ende, el de sus estudiantes. Igualmente, la Universidad favorece la generación de capacidades en las regiones y, a través de diferentes eventos académicos, propicia espacios de discusión y de educación continua que favorecen la transferencia de conocimiento en estra-

**Los trastornos mentales pasan a ocupar el primer lugar en pérdida de años de vida ajustados por discapacidad, por encima de cualquier otro grupo de patologías.**

tegias de detección temprana e intervención oportuna en problemas de salud mental, procurando aportar a estas dificultades que vivimos. Asimismo, en

el desarrollo de proyectos de planeación universitaria se desarrolla la estrategia de comunicación sin daño, que propenda por comunicaciones adecuadas que favorezcan la vida y la veracidad.

La Javeriana, teniendo la formación integral como principio rector, provee a sus estudiantes un sinnúmero de programas y actividades del Medio Universitario, dentro de los cuales se destacan las culturales, deportivas, la asesoría psicológica, espiritual y de apoyo académico, que contribuyen de manera responsable a su bienestar, el de sus familias y otros sectores con los cuales interactúan ■

\*Decano de la Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Javeriana